

**JISMONIY TARBIYA DARSLARINI PEDAGOGIK TA'LIM
INNOVATSION KLASTERI ASOSIDA O'QITISH METODIKASI
(Umumiy o'rta ta'lim maktablari misolida)**

Xudaynazarova Gullola Mirxojidinovna

Sport va xarakatli o'yinlar kafedrası katta o'qituvchisi

Annotatsiya:

Ta'lim sifati va samaradorligini oshirishning eng muhim omillaridan biri - o'quvchilarda bilim, ko'nikma, malakalarni yuqori darajada berishdan iboratdir. Jumladan, umumiy o'rta ta'lim maktablari fan yo'nalishlari bo'yicha uzviylashtirilgan o'quv dasturlar, zarur me'yoriy hujjatlar va rejalarning amalga joriy etilishi bilan birga ta'limda yangi innovatsion pedagogik texnologiyalaridan foydalanish orqali o'quvchilarda bilim samaradorligini yanada oshirish imkoniyatlari yaratilmoqda.

Kalit so'zlar: Jismoniy tarbiya, o'qitish metodikasi, so'z metodi, kuzatish metodi, innovatsion ta'lim metodlari, chidamlilik, jismoniy barkamollik, jismoniy mashqlar.

O'quvchilarning ilmiy asoslangan va to'g'ri tashkil etilgan jismoniy tarbiyasi yosh organizmga yaxshi ta'sir ko'rsatadi: u har tomonlama jismoniy va aqliy rivojlanish imkonini beradi, harakat imkoniyatlarini kengaytiradi, himoya adaptiv reaksiyalarini oshiradi, organizmni tashqi omillarning salbiy ta'siridan himoya qiladi. "bardoshlilikni mustahkamlaydi, shuningdek, bolalar va o'smirlarga zavq va tetiklik baxsh etadi, vatanparvarlik va Vatanga muhabbat tuyg'ularini tarbiyalaydi". O'sib kelayotgan yosh avlodning jismoniy va ma'naviy salomatligini shakllantirish, sog'lom turmush tarziga intilishi va sportga mehrini uyg'otishi uchun shart-sharoit yaratish, qishloqlarda ommaviy bolalar sportini rivojlantirishga alohida e'tibor, ona Vatanga sadoqat, ertangi kunga ishonch Bu sog'lom avlodni voyaga yetkazish, bolalar o'rtasida iqtidorli sportchilarni saralab olish, ularning qobiliyatini rivojlantirishda jismoniy kuch-quvvatni yanada yuksaltirishda muhim omil bo'lmoqda.



Jismoniy tarbiya - bu shaxsning jismoniy kamolotiga erishishga qaratilgan pedagogik jarayon. Jismoniy tarbiya jarayonida aqliy, axloqiy, estetik tarbiya va mehnat tarbiyasi amalga oshiriladi. Jismoniy tarbiya nazariyasi ijtimoiy, tabiiy va pedagogik fanlar bilan bog'liq. Jismoniy tarbiya nazariyasi fan sifatida jismoniy tarbiya, sport va maxsus ta'lim bo'yicha mutaxassislar tayyorlashda asosiy predmet hisoblanadi. Umumiy o'rta ta'lim maktablarida uning mazmuni jismoniy tarbiya nazariyasi asoslari, o'quvchilarning jismoniy tarbiyasi, sport mashg'ulotlaridan iborat. Jismoniy tarbiya turli ijtimoiy va tabiiy fanlar tomonidan o'rganiladi. Jumladan, jismoniy tarbiya nazariyasi, sport fiziologiyasi, sport psixologiyasi, jismoniy mashqlar biomexanikasi va sport nazariyasi, uning metodologiyasi va boshqalar maqsadlarni belgilaydi. Jismoniy tarbiya nazariyasining mazmunini jismoniy kamolot va Vatanga sadoqat, uni himoya qilishga tayyorlash haqidagi bilimlar tashkil etadi. "Usul" so'zi yunoncha so'z bo'lib, "o'rganish, usul" degan ma'noni anglatadi. Pedagogikada ma'lumki, ta'lim-tarbiya jarayonining muvaffaqiyati o'qitishning maqsad va mohiyatini va bu maqsadga erishish usullarini to'g'ri belgilashga bog'liq. Usullar - o'qituvchi va o'quvchilar o'rtasidagi maqsadga yo'naltirilgan aloqa tizimi bo'lib, u o'qitishning pedagogik maqsadlarini amalga oshirishni ta'minlaydihanda muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Mashg'ulot jarayonida metodlardan birini qo'llash fan o'qituvchisi tomonidan dars mavzusiga qo'yilgan vazifalar va mashg'ulot shartlariga qarab tanlanadi. Dars jarayonida jismoniy mashqlar samaradorligini oshiradigan turli usullarni aralash qo'llagan holda mashg'ulotlarni tashkil etish tavsiya etiladi. Nazariy tahlil va umumlashtirish usuli. Jismoniy tarbiya va sportga oid har qanday adabiyot va internet manbalari ma'lumotlaridan o'rganish tahlil va umumlashtirishdan boshlanadi. Shu maqsadda o'qituvchi dars yoki o'quv mashg'ulotlarini samarali tashkil etish maqsadida adabiyotlar ro'yxatini tuzadi, ularni umumlashtiradi va o'zi qiziqtirgan ma'lumotlarni olish uchun tahlil qiladi. O'qituvchi uchun adabiyotlarni o'rganishda qaysi masalalar o'rganib chiqilgan, ular qay darajada yoritilgan va ularning qaysilariyanada ilmiy asoslanishi va tajribada sinab ko'rish talab qilinishini aniqlash zarur.

Kuzatish metodi. Ushbu metod maxsus tashkil etiladi, bunda o'qituvchi pedagogik jarayonning borishida aralashmaydi. U kuzatish rejasini oldindan ishlab chiqadi. Bu



rejada dalillarni, o'rganishlarni to'plash zichligi, ularni hisobga olish va ishlab chiqish tartibi bo'lishi zarur.

Pedagogik kuzatishning afzalligi shundan iboratki, u obyektlarni tabiiy sharoitda o'rganish imkonini beradi. Bunda faktlar obyektiv bo'lishi va tadqiqotchining shaxsiy sifatlarigagina bog'liq bo'lmasligi kerak. Kuzatishlar jarayonida kuzatiladigan narsani aniqqayd etish zarur.

So'z metodi. Jismoniy tarbiya jarayonida o'qituvchining asosiy faoliyati so'z bilan amalga oshiriladi. Jumladan, so'zlar yordamidan nazariy bilimlar beriladi, tushunishni faollashtiradi, vazifalar beriladi, ularning bajarilishi boshqariladi, natijalar tahlil qilinadi va baholanadi, o'quvchilarning intizomi boshqariladi. Shu bilan bir qatorda, so'z o'zining qo'llanilishiga ko'ra, u yoki bu usullar va metodlar yordamida fodalaniladi: didaktik hikoya, suhbat, muhokama va h.k.

So'z metodi nisbatan yuqori sinflarda ko'proq qo'llaniladi, chunki bu sinflarda barcha bajarilayotgan harakatlar mustahkamlanadi, takomillashtiriladi.

So'z metodi quyidagilardan iborat: 1) instruksiya berish; 2) qo'shimcha tushuntirish; 3) ko'rsatma va buyruqlar; 4) og'zaki baholash; 5) rag'batlantirish; 6) chaqirish, haydash; 7) umumiy buyruq; 8) tahlil qilish; 9) so'z orqali o'zaro munosabat; 10) mashg'ulotni boshqarish va h.k.

Xulosa:

Shunday qilib, jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi kursi jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni tayyorlashda maxsus kasb-hunar ta'limining ilmiy fundamentiga kirituvchi kengaytirilgan bilimlar majmuasini o'z ichiga oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abdullaev A., Xonkeldiev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. Farg'ona 2001.[1]
2. Качашкин М. Методика физической культуры.-М., 1982г.[2]
3. Шарипова Д.Д., Мусурмонов А., Таирова М. "Формирование здорового образа жизни". Т., 2005г.[3]
4. Gancharova O.V. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish. T., 2005-yil.[4]
5. Usmonxo'jayev T.S. va boshqalar. Darslik. Jismoniy tarbiya - 7-8, "O'qituvchi" nashr, 2003-yil.[5].

